

École secondaire Liberté-Jeunesse

Cafétéria Zazoo 2026-2027

Liste de prix

			Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Repas complet : <u>2 articles</u> 9,00 \$ Plat principal chaud ou froid et une boisson ou un dessert <u>3 articles</u> 9,50 \$ Plat principal chaud ou froid avec deux choix parmi les articles suivants : soupe, boisson ou dessert <u>4 articles</u> 10,00 \$ Plat principal chaud ou froid avec les trois articles suivants : soupe, boisson et dessert Plat principal : ● Chaud ou froid 7,75 \$ Sandwichs : ● Oeufs, fromage 4,00 \$ ● Jambon, poulet, thon 4,00 \$ ● Roulé (18 cm) jambon, poulet ou thon 4,00 \$ ● Demi-sandwich varié avec crudités et trempette 4,00 \$ ● Pita, sandwich roulé (25 cm), ciabatta 4,75 \$ ● Salade garnie ou César (250 mL) 3,25 \$ ● Crudités et trempette 3,00 \$ Compléments : ● Soupe et craquelins (225 mL) 2,50 \$ ● Jus de tomate ou V8 réduit en sel (156 mL) 2,00 \$ ● Jus de fruits, 100% pur (200 mL) 2,00 \$ ● Lait 2% (200 mL) 2,00 \$ ● Biscuit à l'avoine 2,25 \$ ● Muffins variés 2,25 \$ ● Fruit frais ou coupés 2,00 \$ ● Raisins (70 g) et fromage (30 g) 3,00 \$ ● Salade de fruits (175 mL) 2,00 \$ ● Pouding au lait (175 mL) 2,25 \$ ● Dessert du jour 2,25 \$ ● Bâtonnet de fromage 2,00 \$ ● Yogourt (95 g à 125 g) ou en tube 2,00 \$ ● Yogourt à boire (200 mL) 2,50 \$ ● Boisson de soya enrichie (200 mL) 2,25 \$	
SOUPE			Soupe poulet et riz	Potage aux légumes	Soupe boeuf et nouilles	Crème de tomates	Soupe du chef		
REPAS FROID			Salade grecque Salade, tomates, concombres, féta et vinaigrette maison	Salade César au poulet et fromage râpé, croutons maison et vinaigrette César	♥ Tortilla au jambon et au fromage, crudités et trempette	Assiette pique-nique Sandwich au poulet ou jambon crudités et trempette	Tortilla César poulet Salade, fromage râpé avec sauce César Crudités et trempette		
SALADE DU JOUR			Salade de pâtes grecque	Salade orientale	Salade de pâtes aux légumes	Salade de quinoa	Salade du chef		
BAR DU JOUR			Bol Poké	Sous-marins	Sushis	Pizza froide et crudités	Salade choix du chef		
REPAS CHAUD			COMPTOIR À SANDWICH CHAUD GARNI						
Semaine du :	24 août 28 sept. 2 nov. 7 déc.	25 janv. 8 mars 12 avril 17 mai 21 juin	Sandwich chaud au poulet Pommes de terre sautées Légumes vapeur	Burritos mexicains Protéines végétales texturées Riz tomate Légumes grillés	Poisson citronné Couscous Légumes vapeur	Brochette de poulet Riz aux légumes Poivrons grillés	Burger de boeuf Quartiers de patates douces Salade de chou		
	31 août. 5 oct. 9 nov. 14 déc.	1er févr. 15 mars 19 avril 24 mai	Pâté chinois Boeuf, maïs et pommes de terre en purée Salade verte	Poulet shish taouk Sauce à l'ail Riz et salade de concombres et tomates	Boulettes de viande Pommes de terre en purées Légumes	Lasagne sauce à la viande Salade César	Pizza aux légumes salade du chef		
	7 sept. 12 oct. 16 nov. 4 janv.	8 févr. 22 mars 26 avril 31 mai	Riz chinois aux légumes Rouleaux impériaux végétariens	Poulet parmesan Pâtes de blé entier Légumes verts	Poisson du chef Quinoa Légumes vapeur	Spaghetti sauce à la viande Salade César	Lanières de poulet Patates au four Légumes sautés		
	14 sept. 19 oct. 23 nov. 11 janv.	15 févr. 29 mars 3 mai 7 juin	Galettes de boeuf Pommes de terre en purée	Chili de boeuf, haricots colorés et fromage Pointes de pita grillées	Poulet général tao Vermicelles de riz Légumes colorés	Pennes sauce tomate Protéine végétale texturée Légumes vapeur	Burger de poulet Quartiers de patates douces Crudités et trempette		
	21 sept. 26 oct. 30 nov. 18 janv.	22 févr. 5 avril 10 mai 14 juin	Pâtes sauce rosée au poulet Légumes colorés	Jambon à l'érable Pommes de terre en purée Rondelles de carottes	Poisson blanc aux maïs et tomates Couscous aux légumes Sauce tartare maison	Bol de riz au poulet, fromage et légumes	Macaroni au fromage Légumes grillés		
	DESSERT Assiette de fruits disponible tous les jours			Du jour	Du jour	Du jour	Du jour	Du jour	♥ pain ou pâtes de blé entier ou à grains entiers
			Responsable : Cynthia Girardin-Fleury Mise à jour : 10 Août 2026						

Repas complet :	
<u>2 articles</u>	9,00 \$
Plat principal chaud ou froid et une boisson ou un dessert	
<u>3 articles</u>	9,50 \$
Plat principal chaud ou froid avec deux choix parmi les articles suivants : soupe, boisson ou dessert	
<u>4 articles</u>	10,00 \$
Plat principal chaud ou froid avec les trois articles suivants : soupe, boisson et dessert	
Plat principal :	
• Chaud ou froid	7,75 \$
Sandwichs :	
• Oeufs, fromage	4,00 \$
• Jambon, poulet, thon	4,00 \$
• Roulé (18 cm) jambon, poulet ou thon	4,00 \$
• Demi-sandwich varié avec crudités et trempette	4,00 \$
• Pita, sandwich roulé (25 cm), ciabatta	4,75 \$
• Salade garnie ou César (250 mL)	3,25 \$
• Crudités et trempette	3,00 \$
Compléments :	
• Soupe et craquelins (225 mL)	2,50 \$
• Jus de tomate ou V8 réduit en sel (156 mL)	2,00 \$
• Jus de fruits, 100% pur (200 mL)	2,00 \$
• Lait 2% (200 mL)	2,00 \$
• Biscuit à l'avoine	2,25 \$
• Muffins variés	2,25 \$
• Fruit frais ou coupés	2,00 \$
• Raisins (70 g) et fromage (30 g)	3,00 \$
• Salade de fruits (175 mL)	2,00 \$
• Pouding au lait (175 mL)	2,25 \$
• Dessert du jour	2,25 \$
• Bâtonnet de fromage	2,00 \$
• Yogourt (95 g à 125 g) ou en tube	2,00 \$
• Yogourt à boire (200 mL)	2,50 \$
• Boisson de soya enrichie (200 mL)	2,25 \$
♥ pain ou pâtes de blé entier ou à grains entiers	
Responsable : Cynthia Girardin-Fleury Mise à jour : 10 Août 2026	

Par souci de l'environnement durable, nous encourageons les parents à fournir des ustensiles réutilisables à leurs enfants, même s'ils utilisent le service de cantine. Merci !